

Le Cahier du Centre The Centre's Notebook



Mocassins Maggie Kawapit, Boutique CAAVD * Mocassins Maggie Kawapit, VDNFC Boutique

Centre d'amitié
autochtone de
Val-d'Or



Val-d'Or Native
★ Friendship
Centre

Le Cahier du Centre
Vol 26, No 1 - Janvier 2008

The Centre's Notebook
Vol 26, No 1 - Janvier 2008

Edith'Orial

par Édith Cloutier, directrice générale

« Le peuple invisible » : l'émergence de nouvelles solidarités?



Édith Cloutier

Le 24 octobre 2007, était présenté en grande première mondiale au Festival international du cinéma de l'Abitibi-Témiscamingue, le film de Richard Desjardins et Robert Monderie « Le peuple invisible ». Ce documentaire raconte l'histoire méconnue de mon peuple : les Anishnabek.

Richard Desjardins, en plus d'être un auteur-compositeur-interprète accompli, est un activiste et fervent défenseur de la forêt boréale. Il n'a laissé personne indifférent à la suite de la présentation du film « L'erreur boréale », réalisé avec son ami de longue date, le cinéaste Robert Monderie. Lorsque j'ai appris, il y a trois ans, que ce duo travaillait sur un film portant sur le peuple Algonquin, j'entretenais, depuis, l'ardent désir que « Le peuple invisible » soit tout aussi percutant qu'« L'erreur boréale ». Parce que, me disais-je, il est temps que l'on sache....

Il est surtout temps pour les Anishnabek de raconter leur histoire. Cette histoire, c'est la dépossession des terres et des ressources, ce sont les conséquences horribles et troublantes des pensionnats, les effets pervers de la Loi sur les Indiens. Elle vient mettre au grand jour les problèmes sociaux qui brouillent l'espoir chez les jeunes. L'Anishnabe – qui veut dire l'Être Humain en langue algonquaine – ne demande pas d'avoir plus que son voisin, au contraire, il souhaite vivre dans la dignité, avec fierté et en toute liberté. Cette histoire, empreinte de tristesse et de blessures, est dite avec franchise et courage. La parole a été donnée aux Algonquins; c'est sans détour qu'ils ont raconté....

On reproche au film son manque d'espoir. Certes, le film fait état, de façon explicite, des conditions de vie déplorables des Algonquins, conséquences directes de la Loi sur les Indiens ainsi que des politiques colonialistes et paternalistes des gouvernements. Or, « Le peuple invisible » représente, à mon avis, un appui de taille aux luttes des Premières Nations du Québec pour une pleine et entière reconnaissance de leurs droits. De nouvelles solidarités entre « Blancs » et Autochtones doivent émerger de cette prise de conscience collective provoquée par « Le peuple invisible ». Ces solidarités nouvelles doivent reposer sur l'engagement commun de travailler vers un mieux-être pour tous. Elles doivent servir, non seulement à dénoncer les injustices, mais également à faire pression afin que toutes ces luttes - qu'elles soient politique, sociale, culturelle, environnementale - ne soient pas vaines. «Le peuple invisible » témoigne d'une réalité difficile mais il est aussi porteur d'espoir en ce sens qu'il sort de la solitude et de l'isolement le peuple Algonquin. Ce film est porteur d'espoir puisqu'il vient contribuer à la construction d'un pont entre les peuples et cherche à briser le mur du silence et de l'indifférence.

Les nombreuses tribunes publiques, médiatiques, politiques et artistiques offertes à Desjardins pour la promotion de son film servent aussi la cause des Algonquins. Qui au Québec n'a pas entendu parler du « film sur les Indiens » de Richard Desjardins et Robert Monderie? Ces tribunes rejoignent des milliers de personnes, dont la grande majorité ont pris conscience, pour la première fois, du sort réel que l'histoire a réservé aux Premières Nations. Les cinéastes ont fait leur part en réalisant ce film, qui se veut un outil pédagogique et un appui publique aux revendications des Algonquins. À nous maintenant de saisir l'opportunité de prouver qu'en 2008, les Anishnabek ne sont pas un peuple invisible. Il est de notre responsabilité, comme Première Nation, de bien communiquer nos aspirations et nos ambitions comme peuple.

Désormais, nous ne sommes plus seuls à mener nos luttes et chercher des solutions pour une vie meilleure.....

Nin Anishnabe-kwe, Edith

Table des matières

Édith'Orial - p.2

Agenda/Site Web - p.4

Culturel - p.5

Spécial Halloween - p.6

Développement communautaire
- p.8

Spécial Noël - p.16

Développement social - p.18

Développement économique
- p.23

Divers - p.26

Personnel - p.34

Edith'Orial

by Édith Cloutier, Executive Director

"Le Peuple invisible": Emergence of New Solidarities?



Édith Cloutier

On October 24, 2007, at the Festival international du cinéma de l'Abitibi-Témiscamingue, was presented the world premiere of "Le Peuple invisible" by Richard Desjardins and Robert Monderie. This documentary tells the ignored history of my people: the Anishnabek.

Richard Desjardins, in addition to being an accomplished singer and songwriter, is an activist and dedicated advocate of the boreal forest. No-one was left indifferent following the screening of his film "L'Erreur boréale", produced in collaboration with his long-time friend, filmmaker Robert Monderie. Three years ago, when I learned that this duo was working on a film project dealing with the Algonquin people, I was hoping that "Le Peuple invisible" would be as powerful as "L'Erreur boréale" was. It was time, I thought, for our history to be known...

But most important, it is time for the Anishnabek to tell their own story. This story is about the dispossession of lands and resources, the horrible and upsetting consequences of residential schools, the perverse effects of the Indian Act. The film sheds light on the social issues that cloud all hope for our youth. The Anishnabe – which means human being in Algonquin language – does not ask for more than his neighbour, on the contrary, he wishes to live in dignity, with pride and freedom. This story, filled with sadness and deep wounds, is told honestly and courageously. The film gave the Algonquins an opportunity to speak, and they did in a simple and straightforward manner.

The film has been criticized for its lack of hope. Indeed, it explicitly states the Algonquins' deplorable living conditions, direct consequences of the Indian Act and of the governments' colonialist and paternalistic policies. Therefore "Le Peuple invisible" represents, in my opinion, an important support for First Nations peoples in their battle to obtain full recognition of their rights. New solidarities between "Whites" and Aboriginals must emerge from this collective awareness created by "Le Peuple invisible". These new solidarities must lie on a common commitment to work towards everyone's well-being. They must serve not only to denounce injustice, but also to put pressure on concerned authorities so that all battles - be it political, social, cultural or environmental – will not be in vain. "Le Peuple invisible" portrays a harsh reality but also brings hope as it takes the Anishnabe people out of their solitude and isolation. This film brings hope because it contributes to casting bridges between peoples and seeks to break down the wall of silence and indifference.

Many public tribunes, be it from the media, political or artistic communities, offered to Desjardins for the promotion of his film, also serve the cause of the Algonquin people. Who in the province of Quebec has not heard of "that film on the Indians" by Richard Desjardins and Robert Monderie? These tribunes reach thousands of individuals, most of whom have heard for the first time the real fate that history has reserved to First Nations peoples. The filmmakers did their part by making this film, which is an educational tool and a public support for First Nations claims. It is now our turn to take this opportunity and prove that in 2008, the Anishnabek are not an invisible people. It is our responsibility to publicly express our desires and ambitions as a First Nation people.

From now on, we are no longer alone in leading this battle and seeking out solutions for a better life...

Nin Anishnabe-kwe, *Edith*

Contents

- Édith'Orial - p.2
- Agenda/Web Site - p.4
- Cultural - p.5
- Halloween Special - p.6
- Community Development - p.8
- Christmas Special - p.16
- Social Development - p.18
- Economic Development - p.23
- Miscellaneous - p.26
- Staff - p.34



Des outils modernes pour sensibiliser à une culture millénaire!

C'est à l'occasion du lancement de la Semaine de promotion de la vie « Né pour vivre », que le Centre d'amitié autochtone de Val-d'Or a choisi de présenter à la population deux importants outils d'information et de sensibilisation en lien avec les réalités et la culture autochtone soit son agenda 2008 et son tout nouveau site Web.

Pour une cinquième année, **l'agenda « Captez vos rêves »** célèbre les réussites et la persévérance des étudiantEs autochtones de chez-nous. L'agenda se veut un outil de travail pratique, mais c'est aussi devenu un important outil de sensibilisation et de rapprochement. En couverture, on peut apprécier la peinture Nisk (outarde) de l'artiste cri, monsieur **Tim Whiskeychan**. Au fil des mois, on y découvre des objets propres à la culture autochtone, des informations sur les six saisons, des statistiques, des mots en langue autochtone et des citations. L'agenda présente aussi des informations sur le Centre d'amitié autochtone de Val-d'Or,

notre mission, nos services, notre histoire. Surtout, l'agenda 2008 met en valeur les 125 étudiants et étudiantes autochtones de la Reconnaissance Mëmëgwashi 2007, une hausse significative du nombre d'étudiantEs de 35% par rapport l'édition précédente. Ces jeunes, et moins jeunes, sont dignes de notre admiration en raison des difficultés importantes qu'ils rencontrent sur leur parcours. Il est essentiel de leur témoigner notre fierté et de les encourager à poursuivre leurs efforts car ils ont un impact sur toute notre communauté. Ils et elles sont une source d'inspiration et d'espoir pour l'avenir!

L'agenda 2008, conçu par TMR Communications, a été produit en 600 exemplaires qui seront distribués aux partenaires du Centre d'amitié autochtone de Val-d'Or ainsi qu'aux étudiantEs qui l'illustrent. Les exemplaires restants seront mis en vente à la Boutique pour la création d'un fonds qui soutiendra la production de l'agenda 2009.

Toujours dans un souci de mieux

faire connaître ses services auprès de sa clientèle et de la population en général, le Centre d'amitié est fier de présenter son **tout nouveau site Web**. Rajeuni, actualisé et enrichi, le site Web permettra de satisfaire une curiosité croissante par rapport aux services du Centre d'amitié et aussi par rapport aux réalités actuelles des Premières Nations. Le site offrira des informations à jour sur les nombreuses activités du Centre d'amitié, ses services, ses offres d'emploi, le menu hebdomadaire de la cafétéria et ses communiqués : www.caavd-vdnfc.ca.



Modern tools to raise awareness for an age-old culture!

For the launching of the Promotion of Life Week "Born to be alive", the Val-d'Or Native Friendship Centre chose to present its two new important awareness and information tools related to Aboriginal realities and culture, that are the 2008 Agenda and a brand new Website.

For a fifth year, the **"Catch Your Dreams" Agenda**, celebrates the successes and school perseverance of our Aboriginal students. The agenda is intended as a practical work tool, but also as an important cross-cultural awareness tool. On the cover page, we can admire the painting Nisk (goose) by Mr. **Tim Whiskeychan**, Cree artist. With the passing months, we discover objects specific to the Aboriginal culture, information on the six seasons, statistics, Aboriginal words

and sayings. The Agenda also presents information on the Val-d'Or Native Friendship Centre, its mission, services and history. Most importantly, the 2008 Agenda highlights the 125 Aboriginal students of the 2007 Mëmëgwashi Recognition Awards, a significant 35% increase as compared to last year's edition. These young and not so young students deserve our admiration because of the important difficulties that challenge them along the way. It is essential to show them the pride we feel and to encourage them to pursue their efforts, as they have an impact on our community. They are a source of inspiration and hope for the future! The 2008 Agenda, designed by TMR Communications, is published in 600 copies that will be distributed to the Val-d'Or Native Friendship

Centre www.caavd-vdnfc.ca partners and to the students featured in the Agenda. Remaining copies will be on sale at the Friendship Centre Boutique, to help fund the production of the 2009 Agenda.

With a view to promoting the Friendship Centre's services to its clientele and the general public, the Friendship Centre is proud to present **its new Website!** Rejuvenated, updated and enriched, the website will satisfy the increasing curiosity about the Friendship Centre's services and inform on the current realities of First Nations peoples. The website will offer updated information on the numerous activities at the Friendship Centre, its services, job offers, weekly cafeteria menu and press releases: www.caavd-vdnfc.ca.

L'artisanat en écorce de bouleau

LES MOTIFS

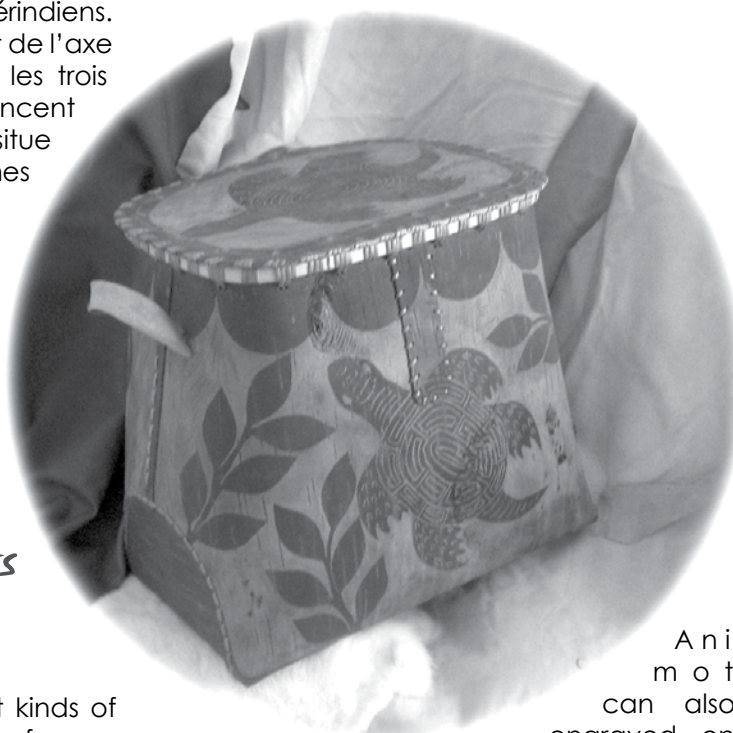
Sur les parois des objets artisanaux en écorce de bouleau sont gravés différents motifs dont la signification se perd dans la nuit des temps. Ces gammes de motifs traditionnels, qui vont des formes géométriques aux dessins floraux, en plus d'embellir le panier lui donnent une âme et créent un lien entre l'individu qui l'utilise et l'environnement.

Un des motifs considéré comme traditionnel est celui de l'arbre de vie. Ce symbole est d'ailleurs au cœur de la conception du monde des Amérindiens. Ce grand arbre croissait à l'emplacement de l'axe central de l'univers et reliait entre elles les trois zones fondamentales : ses racines s'enfoncent dans le monde d'en bas, son tronc se situe à la surface de la terre et ses branches atteignent le ciel.

Des dessins d'animaux peuvent aussi être gravés dans l'écorce. Chez les Autochtones du Québec, le lapin géant est omniprésent en tant que personnage important de la mythologie. C'est en effet lui qui est à l'origine de la création du monde.

Le soleil est également un motif récurant. Il est le symbole de la fécondité, la renaissance de la nature au printemps et la chaleur. On le retrouve souvent sur le couvercle des récipients.

Le motif de la double courbe sert à représenter la voûte céleste et les astres. La ligne, par contre, servira à réaliser une foule de motifs géométriques représentant des montagnes, des tipis, des pistes d'animaux,...



Birchbark Arts And Crafts

MOTIFS

On the sides of these artefacts, different kinds of motifs were engraved, and the meaning of many of them was lost in the course of time. The pattern of traditional motifs, that varies from geometric to floral, in addition to embellishing the basket, gives it a spiritual dimension and relates the person using it to the environment.

One motif considered traditional is that of the tree of life. This symbol is, by the way, at the heart of the conception of the aboriginal world. This big tree grew in the central axis of the universe and united between them three basic zones: roots went into the lower world, the trunk was situated on earth's surface and the branches reached the sky.

Animal motifs can also be engraved on the bark. Among Quebec Aboriginal people, the giant rabbit is omnipresent as an important figure in the mythology. In fact, the rabbit is responsible for the creation of the world.

The sun is also a popular motif. It is the symbol of fertility, nature's rebirth in springtime and of warm weather. We often find it on recipient covers.

The double-curve motif represents the canopy of heaven and the stars. Lines, on the other hand, are used to draw innumerable geometric forms representing mountains, tepees, animal tracks, etc.

Extrait de / From the Fiches sur l'art et l'artisanat autochtone : outil de travail pour la Boutique du Centre d'amitié autochtone de Val-d'Or, par / by Mélanie Chaplier, stagiaire / trainee, Centre d'amitié autochtone de Val-d'Or, janvier 2004. / Val-d'Or Native Friendship Centre, January 2004.



Spécial Halloween

Halloween Special



Sharon avec/with Jérémy, Axexandra & Allyson.



Jean-Rock

*L'halloween au P.A.P.A.
Halloween at the A.H.S.P.*

Lenny & compagnie!
Lenny and company!



Couloir des petits frissons - The Little Hall of Shivers

À l'Halloween, le Couloir des petits frissons aura accueilli pas moins de **220 participants**. Jeux, obstacles, décorations et bonbons étaient à l'honneur! La participation de Québec en forme (QEF) aura permis la tenue de l'activité.



At Halloween, The Little Hall of Shivers received no less than **220 participants**. Games, obstacles, decorations and candy made it a success! The participation of the Quebec en forme (QEF) program made this event possible.

Couloir des horreurs

Cette année, le Couloir des horreurs auraréuni pas moins de **250 froussards!** Petits et grands, adultes et ados ont dû franchir un couloir sombre, parsemé de personnages tous plus effrayants les uns que les autres. Un squelette caché derrière un drap effrayait les passants avant même qu'ils n'atteignent le premier poste! À cette première station se trouvait un morbide enchaîné si bien caché dans la pénombre de son cachot que le sursaut était garanti... Puis, cheminant à travers la noirceur et le silence, les participants percevaient un son de plus en plus clair, un pleur lointain. Accrochant une araignée géante au passage, ils étaient surpris par une tronçonneuse au massacre imminent. Tout juste après, une fillette dont les bébés ont été assassinés par un clown fou pleurait et s'horrifiait de la présence de ces importuns. Finalement, les participants devaient s'arrêter devant une assiette de yeux de rats à la sauce au sang, les bonbons étant distribués par un boucher aveugle et dégoulinant de bave.

Certains froussards ont traversé le couloir sans même s'arrêter pour admirer les décorations et les personnages qui les habitaient. Les sursauts et la peur ayant poussé plusieurs à oublier leurs bonbons sur place...

De toute la gang du communautaire, merci, BOUH, et à l'an prochain...



Meegwetc Martin!

Hall of Horrors...

This year, the Hall of Horrors gathered some **250 "chickens"**! Young and old, adults and teens had to cross a dark hall filled with characters, each one scarier than the next! A skeleton hidden behind a bed sheet scared our passing visitors even before reaching the first stop! At this station, there was a living-dead in chains and hidden by the folds of darkness of his cell ready to startle the innocent bystanders...Then, still traveling through darkness and silence, participants perceived an increasingly high sound, a distant sob. Stumbling on a giant spider, they were surprised by an imminent chain-saw massacre. Right after this trauma, a girl-child, whose babies had been assassinated by a demented clown, was crying and horrified by the presence of unwanted guests. Finally, participants had to stop in front of a plate filled with rat eyes in blood sauce, the Halloween treats being distributed by a blind butcher dripping with saliva.

A few "chickens" went through the hall without stopping to admire decoration and the characters haunting the premises. Fright and jumps having pushed several visitors out, without event picking up their treats...

"Thank you, boo! and see you next year", from the Community Development Team!



*Les employéEs aussi célèbrent
'Halloween!*

*The employees also celebrated
Halloween!*

Le Café-rencontre

Par Jenny Mathias Phillips, organisatrice communautaire - volet communauté

C'est en octobre dernier que les activités du Café-rencontre reprenaient dans la cafétéria du Centre d'amitié. Artisanat, atelier de sensibilisation au cancer du sein, groupe de marche et bien d'autres étaient au menu pour le mois. À qui s'adressent ces activités et quand ont-elles lieu? La réponse est simple. Le Café-rencontre c'est pour TOUS! Petits et grands, hommes et femmes, Autochtones et Allochtones, seul ou en famille, vous êtes les bienvenus.

Les activités sont offertes gratuitement les mardis et les jeudis de chaque semaine, de 14h00 à 16h00, café et thé inclus. Les autres jours de la semaine, vous pouvez vous rassembler entre amis autour d'un breuvage chaud; des jeux de société et des cartes à jouer sont disponibles pour vous divertir (toujours de 14h00 à 16h00). Le Café-rencontre propose des activités divertissantes liées à la culture autochtone, à l'exercice physique, aux saines habitudes de vie ou encore, aux goûts des participants. Vos commentaires et suggestions sont toujours très appréciés!

Joignez-vous à nous pour faire partie d'un milieu de vie amusant et enrichissant qui permet de tisser des liens, de partager nos connaissances, de développer un sentiment d'appartenance au groupe et ainsi, de faire grandir chacun individuellement.

Un calendrier d'activités est diffusé chaque mois pour vous faire connaître tous les détails, ou vous pouvez contacter Jenny au poste 243.

Voici, en images, du bon temps passé au Café-rencontre.



Lisette & Marguerite

Sortie au Carrefour du Nord-Ouest

Semaine régionale des aînés

Les participants ont assisté à des conférences sur l'alimentation et la sécurité.

Shopping at the Carrefour du Nord-Ouest

Regional Seniors Week

Participants attended conferences on food diets and food security.

Cuisine collective

S'entraider pour préparer les repas facilite la vie quotidienne.

* Activité sur inscription, frais minimes à débourser *

Community Kitchen

Helping each other for the preparation of meals makes life easier.

* Activity held upon registration, minimum fee. *

Activités à ne pas manquer

En février:

14 Le Quiz de la St-Valentin
Activité en soirée pour les couples et les célibataires.

23 Funspielfeld de curling
Inscriptions du 21 janvier au 8 février 2008
20 \$ par équipe de 4 personnes (5 \$ par personne).



Louise & Pauline

The Café-Meeting

By Jenny Mathias Phillips, Community Organizer - community section

Last October, the activities of the Café-Meeting returned in the Friendship Centre's cafeteria. Arts and crafts, breast-cancer awareness workshop, walking group and several other activities scheduled through the month. For who are these activities and when do they take place? The answer is simple. The Café-Meeting is for EVERYONE! Young and not so young, men or women, Aboriginal and non-Aboriginal, individuals and families, you are all welcome!

Activities are offered at no charge, each Tuesday and Thursday, from 2:00 p.m. to 4:00 p.m., coffee and tea are included. The remaining days of the week, you can gather with friends around a hot drink: board games and cards are available (always between 2:00 p.m. and 4:00 p.m.). The Café-Meeting also offers entertaining activities related to the Aboriginal Culture, to physical activity, healthy lifestyles or to the likes of the participants. Your comments and suggestions are always appreciated!

Join us and take part in an enriching and enjoyable atmosphere that allows creating friendships, sharing our knowledge, developing a sense of belonging with the group and thus, encouraging individual development.

A schedule of activities is published each month to let you in on all the details, or you can contact Jenny, at ext. 243.

Following are a few enjoyable moments spent at the Café-Meeting.

Bingo alimentaire actif

Un bingo où les chiffres ont été oubliés. Ce sont des aliments qui étaient annoncés.

Un léger exercice était demandé avant d'être déclaré gagnant d'un prix.

Interactive Food Bingo

A bingo where numbers were out! Instead, food items were called.

An easy movement was requested before being declared prize winner.



Tony Mark ↑



Léo Diamond ←

Décoration de citrouille

Pour le plaisir de célébrer l'Halloween.

Pumpkin decoration

For the pleasure of celebrating Halloween.

Upcoming Activities

In February:

14 Valentine's Day Quiz
Evening activity for couples and singles.

23 Curling Funspiel
Registration: From January 21 to February 8, 2008.
\$ 20 for each 4-player team (\$ 5.00 per person).



Club Mohiganech - Petits loups

Par Mélanie Bowen, organisatrice communautaire - volet enfance

En septembre dernier, nous avons **28 enfants inscrits** au Club, répartis également dans les groupes francophone et anglophone. Nous avons même dû créer une liste d'attente de 30 noms.

Au cours de la session d'automne, nous avons pu réaliser plusieurs activités dont l'aide aux devoirs, des ateliers, des activités culturelles, des ateliers de cuisine, du bricolage et bien d'autres.

Chaque enfant a mérité un certificat de reconnaissance soulignant sa participation, son comportement et le sens des responsabilités démontré au cours des périodes du Club des petits loups.

Dès décembre, entre le 3 et le 14, les inscriptions pour la session **pipon** (hiver) du nouveau Club des petits loups auront eu lieu. Le Club se divise en deux volets, celui de l'Aide aux devoirs et celui du Club social afin d'offrir un service toujours mieux adapté aux besoins de la clientèle.



Pour le volet de l'Aide aux devoirs, 9 enfants sont inscrits par groupe de langue, ce qui facilitera l'accompagnement adapté dans leur cheminement scolaire. Des rencontres et activités parents et parents-enfants seront au programme.

Quant au volet Club social, 20 enfants sont inscrits, francophones et anglophones ensemble. Les activités de ce Club auront dorénavant lieu lors des journées pédagogiques. À l'horaire, plusieurs activités, sorties, ateliers culturels, ateliers culinaires, bricolage et bien d'autres choses.

Vous êtes disponible, dynamique, débrouillard et motivé? Vous désirez découvrir la richesse culturelle autochtone, acquérir de l'expérience auprès des enfants et participer à leur réussite scolaire? N'hésitez pas, venez offrir de votre temps comme bénévole!

Contactez Mélanie Bowen, pour toutes questions!! 825-8299 poste 290

Little Wolves- Mohiganech

By *Mélanie Bowen, Community Organizer - children section*

Last September, **28 children** were registered to the Club, equally divided in the English and French groups. We even had to create a waiting list of 30 applicants.

During the Fall Session, several activities were held, including homework support, workshops, cultural activities, cooking workshops, arts and crafts and a lot more.

Each child received a recognition certificate for his/her participation, behaviour and sense of responsibility demonstrated during the Little Wolves Club sessions.

At Halloween, The Little Hall of Shivers received no less than 220 participants. Games, obstacles, decorations and candy made it a success! The participation of the Quebec en forme (QEF) program made this event possible.

December 3rd to 14th was the registration period for the **pipon** (winter) session for the new Little Wolves Club. The Club is divided in two sections: one for Homework Support and the other for the Social Club, so as to always offer a better service, adapted to the clientele's need.

As for the Homework Support section, 9 children are registered per language group, which definitely helps providing adapted support to their learning path. Parents and parents-children meetings and activities are on the program.

As for the Social Club section, 20 children are registered, English and French children together. Activities for the Club will now be held on PD days. Several activities are scheduled, such as outings, cultural activities, cooking workshops, arts and crafts and many others.

Are you available, dynamic, resourceful and motivated? You'd like to discover the richness of the Aboriginal culture, acquire experience with children and participate to their school success? Don't hesitate: become a volunteer!

Have any questions? Contact Melanie Bowen at 825-8299 ext. 290.



CPJAMU- Wawate Migwan

Comité des jeunes

Le comité des jeunes du CPJAMU s'est mis en branle le 17 octobre. Un jeudi sur deux, les jeunes présents au local sur l'heure du midi s'assemblent et discutent de plusieurs sujets. L'implication régulière de certains jeunes additionnée à l'implication ponctuelle de d'autres, permet un bouillonnement très intéressant d'idées et de projets pour leur lieu de rencontre, le CPJAMU.

Frank,
Philippe,
Tina, Katy,
Jean-Marc



Youth Committee

The UMAC Youth Committee met last October 17. Every second Thursday, the young people present in the room at lunch hour, gather and discuss different subjects. The regular involvement of several young people, added to the occasional involvement of others, permits a very interesting emergence of ideas and projects for their gathering place: the UMAC.

Thus, the Youth Committee allows to involve those interested in making decisions regarding the activities for the youth section and even to organize these activities. Discussions and sharing being the main focus, all ideas proposed are evaluated by the group, each youth present has the opportunity to get involved and to express his ideas and opinions.

In the coming weeks, watch for the gymnasium activities, the movie nights, the pool league, the famous Kokom Soups and many others.

All young people are welcome! If you have suggestions, opinions to voice, the Youth Committee will be happy to hear you!

Le Comité des jeunes permet ainsi de faire participer les principaux intéressés à la prise de décision concernant les activités du volet jeunesse et même à l'organisation de ces activités. La discussion et l'échange étant à l'honneur, toutes les idées reçues sont évaluées en groupe, chaque jeune présent ayant la liberté de s'impliquer et de s'exprimer.

À surveiller au cours des prochaines semaines, les activités en gymnase, les soirées-cinéma, la ligue de pool, les fameuses Soupes à Kokom et bien d'autres!!

Bienvenue à tous les jeunes! Si vous avez des suggestions, des opinions à émettre, le Comité des jeunes est VOTRE tribune!

Salon de carrières pour jeunes Autochtones, « Modèles pour l'avenir »

Le 29 octobre dernier, à 16:45, une vannette du Centre ayant à son bord 3 jeunes étudiants et une accompagnatrice se met en route vers Montréal pour une journée pas comme les autres. Sur la route 117, à l'intersection du chemin de Kitcisakik, 3 autres participants s'embarquent dans l'aventure. Arrivés vers 11:30 à l'Hôtel Clarion du Centre-ville, les 7 voyageurs vont au lit pour se reposer avant l'heure fatidique. 7 :00 tapant, le réveil sonne et ne se tait pas, tout le monde debout, à la douche et au déjeuner.



Lydia & Tracy

Dès 9 :00, rendez-vous au Palais des Congrès pour un Salon de carrières autochtones organisé par la Fondation Nationale de Réalisations Autochtones. Cérémonie d'ouverture, ateliers, dîner, spectacle et rencontres sont prévus.

Nos 6 jeunes et Mélanie Bowen ont passé la journée à se promener à travers une ribambelle de kiosques tenus par des écoles, des entreprises et des programmes spéciaux. Après avoir assisté à des ateliers divers, nos voyageurs se sont remplis le bedon pour le voyage de retour... Toute une aventure de motivation et d'encouragement pour les études!!

Ateliers « Full Top Sexe » UMAC- Wawate Migwam «Full Top Sex» Workshops

Les 3, 4 et 5 décembre dernier, **trois ateliers sur le sécuri-sexe** eurent lieu au CPJAMU. Les jeunes, arrivant à la même heure que d'habitude pour le dîner, ont trouvé le local changé par une séparation de rideaux noirs. À l'intérieur, SURPRISE, les ateliers et les animateurs les attendaient!



Last December 3, 4 and 5, **three safe-sex workshops** were held in the UMAC. Young people arrived at the usual lunch-hour time, and found the room separated in two by a black curtain. Inside: SURPRISE, the facilitators and workshops were waiting for them!

Le premier midi, des jeux brise-glace sont mis en place avec **9 participantEs**. Un jeu de cochons décrivant la personnalité de chacun débute le bal. Puis, un jeu sur les risques de transmission du VIH/sida enchaîne, et une dernière activité sur l'amour ou l'illusion clôt l'atelier. Ça y est, la glace est fondue et nous mentionnons au jeunes l'horaire et le contenu des deux midis suivants, sans oublier de leur rappeler que tout ce qu'ils disent au cours de ces 3 midis restera confidentiel.

The first lunch hour, ice-breaking games were played, with **9 participants**. A game of piggies describing each participant's personality broke the ice. Then, all played a game on the risks of transmitting HIV/Aids, followed by a last activity on love or illusion that concluded the workshop. So the ice has been broken and we presented the youth with the schedule and content of the next lunch activities, without forgetting to remind them that everything they say will remain confidential.

Midi 2, **18 participantEs** : La Sexualité et la beauté à travers les peuples. Au cours de ces 45 minutes, un diaporama est présenté contenant des photographies de gens vivant aux quatre coins de la planète et dont la beauté correspond à des critères tout à fait éloignés des nôtres. Nous tentons de démontrer aux jeunes que peu importe leurs caractéristiques physiques, la beauté est culturellement définie et donc il n'existe aucune perfection. L'estime de soi et la confiance en soi sont les clés de la beauté!

Lunch no. 2: **18 participants**: Sexuality and beauty in peoples' history. For the next 45 minutes, a Power Point presentation displayed photographs of people living in different areas of the world and where beauty corresponds to different criteria that are really very far from our own. We tried to demonstrate to the young people that no matter what their physical characteristics are, beauty is culturally defined and perfection does not exist. Self-esteem and self-confidence are the key to beauty!

Dernier midi, le vif du sujet avec **24 participantEs**... Jeunes hommes et jeunes femmes sont séparés les uns des autres, et nous abordons plus en profondeur les questions de contraception, de transmission des ITSS et de grossesse précoce. À la toute fin de cette série de midis « Full Top Sexe », un sac surprise est remis à chacun des participants. Son contenu?! SURPRISE!!

Last lunch, important matters on hand, with **24 participants**... Young men and young women are separated and we discussed further issues such as contraception, sex and blood transmitted diseases and teen pregnancy. At the end of this "Full Top Sex" lunch-hours series, a loot bag was given to each participant. Its content?! SURPRISE!!!

"Blueprints for the Future" Career Symposium for Young Aboriginals

Last October 29, at 4:45 p.m., a Friendship Centre van with 3 young students and one accompanying organizer on board, headed for Montreal for a day like no other. On Highway 117, at the intersection of the Kitcisakik Road, 3 other participants hopped on board for the adventure. Arrival at 11:30 p.m. at the Downtown Clarion Hotel, the 7 young travelers go to bed to rest a few hours before the fatal hour... Tick-tack... 7:00 a.m.: the insisting alarm-clock's wakes everyone up! Shower and breakfast time! 9:00 a.m., everyone heads for the Palais des Congrès for the Career Symposium, organized by the National Aboriginal Achievement Foundation. Opening ceremony, workshops, lunch, show and

meetings are scheduled.

Our 6 young people and Melanie Bowen walked all day through a myriad of information stands held by schools, businesses and special programs. After attending several workshops, our travellers filled their bellies for the trip back home... What a motivating and encouraging adventure for pursuing our education!!



Vive la vie active!

Par Jenny Mathias Phillips, organisatrice communautaire - volet communauté

S'encourager à bouger, à prendre soin de son corps et stimuler sa famille à faire de même est parfois ardu. Ne vous découragez pas, il est possible d'apprendre à intégrer l'activité physique dans notre quotidien, sans s'épuiser. La première étape, et sûrement la plus difficile, c'est de faire le premier pas. Pour mettre toutes les chances de notre côté et ainsi, s'assurer d'atteindre nos objectifs, il est important de choisir des activités qui nous passionnent.



Voici une liste d'exercices pour vous aider à identifier vos préférences :

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Danser en écoutant ta musique | <input type="checkbox"/> Marcher |
| <input type="checkbox"/> Pelleter la neige | <input type="checkbox"/> Faire du karaté |
| <input type="checkbox"/> Faire du vélo | <input type="checkbox"/> Faire du yoga |
| <input type="checkbox"/> Amener le chien se promener | <input type="checkbox"/> Jouer aux quilles |
| <input type="checkbox"/> Faire de la gymnastique | <input type="checkbox"/> Nager |
| <input type="checkbox"/> Racler les feuilles | <input type="checkbox"/> Patiner |
| <input type="checkbox"/> Faire du ski | <input type="checkbox"/> Courir |
| <input type="checkbox"/> Faire de la corde à danser | <input type="checkbox"/> Faire de la raquette |
| <input type="checkbox"/> Jouer au basket-ball | <input type="checkbox"/> Jouer au base-ball |
| <input type="checkbox"/> Aller glisser | <input type="checkbox"/> Jouer au soccer |
| <input type="checkbox"/> Jouer au tennis | <input type="checkbox"/> Jouer au hockey |
| <input type="checkbox"/> Suivre un cours de danse | <input type="checkbox"/> Jouer au frisbee |

Ensuite, pour ne pas vous désintéresser dès la première semaine, commencez lentement. Vous pouvez répartir vos périodes d'activité physique dans votre journée par bloc de 5 ou 10 minutes. Au début, optez pour des exercices modérés tels que la marche, le patin ou le vélo et, graduellement, ajoutez des exercices vigoureux comme la course, la musculation ou le basket-ball.



La motivation, le goût et la curiosité pour l'activité physique se développeront en passant à l'action. Pour lancer vos enfants sur la voie de la vie active, donnez-



leur la chance d'explorer et d'essayer. Par exemple, encouragez-les à prendre une pause-santé pour faire quelques sauts lorsque ça fait longtemps qu'ils sont assis devant un écran ou bien, incitez-les à étirer leurs muscles pendant qu'ils regardent leurs émissions préférées.

Pour que votre famille devienne plus active, vous pouvez réduire de 30 minutes par jour le temps que vous allouez pour regarder la télévision, jouer à des jeux vidéo ou naviguer sur Internet et utilisez cette période pour augmenter le temps consacré à l'activité physique.

Pour vous sentir mieux dans votre peau, avoir fière allure et garder votre corps en santé, adoptez de nouveaux comportements!

Source : Agence de santé publique du Canada

images : Native Reflexion

Active Living!

By Jenny Mathias Phillips, Community Organizer - Community section



Being on the move, taking care of your body and encouraging your family to do the same is sometimes difficult. Don't get discouraged, it's possible to learn how to integrate physical activity in your daily routine, without getting exhausted! First, and assuredly the most difficult, is to take the first step. To put all the odds on your side so that you can achieve your objective, it's important to choose activities that really interest you.

Here is an exercise list to help identify your preferences:

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Dancing while listening to music | <input type="checkbox"/> Walking |
| <input type="checkbox"/> Shovelling | <input type="checkbox"/> Karate |
| <input type="checkbox"/> Bike riding | <input type="checkbox"/> Yoga |
| <input type="checkbox"/> Walking the dog | <input type="checkbox"/> Bowling |
| <input type="checkbox"/> Gymnastics | <input type="checkbox"/> Swimming |
| <input type="checkbox"/> Raking leaves | <input type="checkbox"/> Skating |
| <input type="checkbox"/> Skiing | <input type="checkbox"/> Running |
| <input type="checkbox"/> Jump rope | <input type="checkbox"/> Snowshoeing |
| <input type="checkbox"/> Playing basketball | <input type="checkbox"/> Playing baseball |
| <input type="checkbox"/> Going sliding | <input type="checkbox"/> Playing soccer |
| <input type="checkbox"/> Playing tennis | <input type="checkbox"/> Playing hockey |
| <input type="checkbox"/> Playing Frisbee | <input type="checkbox"/> Dance classes |

Start slowly so that you don't lose interest the first week. Break down your periods for physical activity in blocks of 5 or 10 minutes. When starting, opt for moderate exercises, like walking, skating or bicycle riding and gradually, add vigorous activities like running, bodybuilding or basketball.

Getting into the action develops motivation, interest and curiosity for physical activity. To help your children take the road to an active life, give them the opportunity to explore and to try. For example, encourage them to take a health-break by making them jump for a while after they've been sitting for a long time in front of a television or invite them to stretch their muscles while listening to their favourite show.



So that your family may become more active, try reducing by 30 minutes the time allowed for television, video games or Internet, and use this time to do more physical activity.

To help you feel better, have a great look and keep your body fit, adopt new behaviours!

Source: Public Health Agency of Canada

pictures : Native Reflexion



Spécial Noël

Christmas Special

9 décembre - Noël des enfants

December 9th :- Children's Christmas



Kaylan, Emaris, Maryève & Gookum Ema!



Mélya & papa Noël / Father Christmas



Clown & Raphaël



Jenny, Renée, Yvonne



La magie de Noël est entrée au Centre grâce aux mains de nos fées de la décoration Isabelle et Martine.

Christmas Magic has taken over the Centre, thanks to the magic touch of our decoration fairies, Isabelle and Martine.

18 décembre :
- Noël (V.I.P.)
c'est...



December 18th :
- V.I.P. Christmas
is...



Des animateurs hors-pairs * Outstanding animators



De la musique * Music



Du service ! * Service!



Nos aînés... *
Our elders...
Alice Boudrias



Le père-noël et ses joyeux lutins
Santa Claus and his joyful elves



Des fous-rires!
Giggles!



Un repas délicieux * A delicious meal



et de l'amour... * and some love...



UN SUJET DE L'HEURE : la DÉPRESSION

Par **Nathalie LaRose,**
agente de relations humaines

Je me réjouis depuis l'automne de voir des publicités, des films et des émissions aborder le sujet délicat de la dépression. Cet article vise à aider à défaire les préjugés que les gens atteints de dépression entretiennent souvent envers eux-mêmes et face à leur maladie et qui nuisent à leur rétablissement. En voici quelques exemples :

« Je peux guérir de la dépression si je me donne une petit coup dans le derrière. » « Il faut pas que je me laisse abattre. » « J'vais prendre sur moi, puis je vais m'en sortir. »

La dépression est une maladie au même titre qu'un arrêt cardiaque, le diabète, le cancer. Elle affecte un ORGANE qui s'appelle le CERVEAU. La dépression survient lorsque le cerveau fait défaut pour diverses raisons, tout comme le cœur fait défaut lors d'un arrêt cardiaque. La dépression dépend d'une combinaison de facteurs : l'hérédité, la biologie, la personnalité, l'environnement social et parfois l'avènement d'événements traumatisants. La dépression est en fait un déséquilibre au niveau des neurotransmetteurs, ces substances essentielles au bon fonctionnement du système nerveux, ce qui affecte :

- * notre humeur (tristesse, colère, irritabilité, anxiété, fatigue, peurs);
- * nos comportements (agressivité, impulsivité, augmentation de la consommation : drogue-alcool-aliment, isolement, etc.);
- * nos perceptions (idées négatives, paranoïa, impression que nous sommes de trop ou que nous nuisons à nos proches);
- * nos capacités mentales et physiques (mémoire, concentration, insomnie, fatigue, manque d'entrain, etc.).

Il faut donc se rappeler que tout comme un arrêt cardiaque, lorsque la dépression survient, il faut la traiter. Et tout comme les autres maladies, un spécialiste de la santé est celui qui peut évaluer votre état et vous proposer le meilleur traitement pour vous. Pourrait-on prétendre se guérir soi-même du diabète juste par la pensée ou se remettre d'un cancer ou un arrêt cardiaque en se disant qu'on doit se donner un petit coup de motivation ?

« C'est comme toute chose...ça va bien finir par passer! Je vais me donner du temps, peut-être que ça va passer tout seul? À un moment donné les choses vont commencer à aller mieux, pis tout va rentrer dans l'ordre! »



Il est vrai qu'il est parfois difficile de faire la distinction entre la dépression et la déprime. Ce qui les distingue c'est souvent l'intensité des symptômes mais aussi la durée. Il ne faut donc pas hésiter à consulter un spécialiste de la santé si :

- * les symptômes se maintiennent pendant plus d'un mois (fatigue, tristesse, irritabilité, colère, angoisse, insomnie, etc.)
- * vous avez des pensées suicidaires ou homicidaires.
- * vous avez des idées de faire du mal aux autres ou de vous faire mal.

L'importance de consulter vient du fait que les symptômes de dépression peuvent aussi cacher une autre maladie qui reste à être diagnostiquée. De plus, la dépression altère notre perception de la réalité et souvent nous voyons la vie à travers des lunettes embrouillées de noir. Même les événements heureux en viennent à être filtrés négativement. Elle affecte aussi nos humeurs; nous passons facilement du rire aux pleurs, de la joie à la colère sans trop savoir pourquoi. Donc il devient difficile de se fier à ce que l'on ressent ou l'on perçoit pour savoir si les choses s'améliorent ou non. La maladie fait en sorte que nous perdons notre capacité de s'évaluer soi-même.

Tous ces préjugés font en sorte que plusieurs personnes tardent à consulter un professionnel de la santé et souffrent inutilement en silence pendant trop longtemps, alors que l'on sait que cette maladie est en général facilement traitable.

Au Centre d'amitié autochtone, le service d'intervention dispose de gens compétents qui sont disponibles pour vous assister, vous renseigner, vous écouter et vous référer au besoin. Si vous vous questionnez par rapport à la dépression, vous êtes inquiets pour vous ou pour un proche, n'hésitez pas à venir nous rencontrer.

Voici aussi des sites Internet et des numéros de téléphone utiles :

- www.masantemental.gouv.qc.ca informations, questionnaire d'auto-évaluation et références
- www.ordrepsy.qc.ca information références.
- **Prévention suicide** : 1 866 277-3553, au Québec
819-825-7159 Val d'or
819-757-6645 Malartic

Lisez la suite de cet article qui portera sur le traitement de la dépression dans le Cahier de mai 2008

DEPRESSION: A CURRENT TOPIC

By Nathalie LaRose, Support Worker

Since last fall, I've been very happy to notice that more and more advertising, films and television shows are talking about the somewhat delicate subject of depression. This article aims to counter all the prejudices that people with depression entertain, often towards themselves and their illness. This attitude affects their healing. Here are a few examples:



It is true that it is sometimes difficult to differentiate depression and feeling down. The difference is often the symptoms' intensity and persistence. You must not hesitate to consult a health specialist if:

- * Symptoms persist for over one month (fatigue, sadness, irritability, anger, anxiety, insomnia, etc.);
- * You have suicidal or homicidal

thoughts;

- * You would like to hurt others or hurt yourself.

"I can get over depression if I give my self a little kick in the butt." "I can't let this get me down." "I'll get a grip on myself and I'll get through it."

Depression is an illness, same as a cardiac arrest, diabetes or cancer. It affects one's ORGAN called the BRAIN. Depression often occurs when the brain is not functioning properly, for whatever reasons, as does the heart during a cardiac arrest. Depression depends on a combination of factors: heredity, biology, personality, social environment and sometimes traumatic events. In fact, depression is an unbalance of neurotransmitters, which are essential substances for the proper operation of any nervous system, which affects:

- * Our mood (sadness, anger, irritability, anxiety, fatigue, fears);
- * Our behaviour (aggressiveness, impulsivity, increased use of drug, alcohol, food, isolation, etc.);
- * Our perceptions (negative ideas, paranoia, feeling unwanted or a nuisance to our relations.);
- * Our mental and physical abilities (memory, concentration, insomnia, fatigue, lack of enthusiasm, etc.).

We must not forget that just like a heart condition, when depression arises, it has to be treated. And like any other medical condition, a health specialist is the one who can evaluate your condition and propose the best treatment for you. Could you heal yourself from diabetes by only wanting to be healed or cure yourself from a cancer or heart attack just by saying that we only need a bit of motivation?

The importance of consulting comes from the fact that the symptoms of depression may also hide another illness that has yet to be diagnosed. Furthermore, depression alters our perception of reality and often, we see life through dark tinted glasses. Even happy events become filtered negatively. Depression also affects our moods; we easily shift from laughter to tears, from joy to rage without really knowing why. It becomes difficult to rely on our feelings or what we perceive to know if things are improving or not. The illness causes us to lose our self-evaluation abilities.

All these prejudices prevent people from seeking early professional treatment and they uselessly suffer in silence for too long, when we all know that this illness is generally easily treatable.

At the Val-d'Or Native Friendship Centre, the Intervention Service has qualified personnel available to help, inform, listen and refer you, if necessary. If you have questions about depression, if you are worried for yourself or a close one, do not hesitate to come and see us.

Here are a few websites and useful phone numbers:

- www.masantemental.gouv.qc.ca Information, auto-evaluation questionnaire and referrals
- www.ordrepsy.qc.ca Referral information.

- Suicide prevention:

1-866-277-3553 for the province of Québec
819-825-7159 Val-d'Or
819-757-6645 Malartic

Read the rest of this article on the treatment of depression in the May edition of the Centre's Notebook.

"It's like any other thing...it'll certainly go away! I'll give myself time, maybe it'll go away by itself? A time will come when things will go better, everything will be all right again!"



Nous souhaitons une très belle retraite à notre chère Nicole Levasseur, qui a terminé sa belle carrière avec nous en octobre dernier. Merci pour tout Nicole!

We would like to wish "happy retirement" to our dear Nicole Levasseur, who has ended her wonderful career with us last October. Nicole, thank you for everything!



Mino Pimadiziwin

Par / By : Donald Sergerie Junior, agent de relations humaines / Support Worker



Pour certains d'entre vous, le temps des fêtes de cette année a possiblement coïncidé avec la livraison du paiement d'expérience commune (PEC). Dans plusieurs familles québécoises, Noël rime avec abondance, avec générosité. Pour ceux et celles qui bénéficieront du PEC, l'abondance et la générosité seront à votre portée. Toutefois, nous savons aussi que ces entrées d'argent peuvent ramener de durs souvenirs, des souvenirs oubliés revenant à la surface. Si vous ou certains membres de votre famille êtes aux prises avec une telle situation, sachez que **nos portes vous sont ouvertes**.

Nos bureaux sont ouverts du lundi au vendredi (sauf pour les congés fériés), de 8h30 à 16h30.

For several of you, this year's holiday season has possibly coincided with the Common Experience Payment (CEP). In many Quebec families, Christmas rhymes with abundance, generosity. For all those who will benefit from the CEP, abundance and generosity will be within reach. However, we also know that this incoming money can also bring back painful memories. If you or a member of your family is dealing with a similar situation, don't forget that **our doors are open**.

Our offices are open from Monday through Friday (except on holidays), from 8:30 a.m. to 4:30 p.m.

Qu'est-ce que L'ETCAF?

L'ensemble des troubles causés par l'alcoolisation fœtale

Par Lenny Bergeron, Agente en adaptation préscolaire

C'est une expression générale qu'on utilise de plus en plus pour décrire la panoplie d'affections et de diagnostics résultant de l'exposition prénatale à l'alcool.

QUOI FAIRE SI JE SUIS ENCEINTE?

Une femme qui envisage d'avoir un bébé devrait éviter l'alcool complètement, parce que les effets de cette substance peuvent nuire au bébé avant même qu'elle sache qu'elle est enceinte. L'alcool que boit une femme enceinte circule dans son sang et est transmis par le placenta au bébé qui se développe dans son utérus. L'alcool agit sur le cerveau de la mère, il agit également sur celui du bébé avec la différence que les effets sur le cerveau du bébé peuvent être permanents.

Lorsqu'une femme enceinte boit excessivement, elle risque de donner naissance à un bébé souffrant d'une affection appelée « syndrome d'alcoolisation du fœtus (SAF) ». Le SAF est le trouble le plus grave que peut entraîner pour le bébé la consommation d'alcool de la mère durant sa grossesse. Même si la mère ne consomme pas d'alcool excessivement, le bébé peut en souffrir.



Les caractéristiques des bébés souffrant du SAF ² :

1. Déficience de croissance et de développement
2. Dommages au système nerveux central et au cerveau : problèmes d'apprentissage, de langage, de comportement, de motricité fine et globale
3. Malformations physiques

Il n'est pas nécessaire que la future maman soit une buveuse habituelle pour que l'alcool nuise à son bébé. Même si elle ne fait qu'un seul excès d'alcool, le cerveau du fœtus risque d'être endommagé pour le restant de sa vie. Si la future maman arrête de boire de l'alcool au milieu de sa grossesse, les répercussions sur son bébé seront vraisemblablement moins graves; donc, il n'est jamais trop tard pour arrêter.

Le seul aspect positif du syndrome alcoolique du fœtus est qu'on peut l'éviter complètement en ne consommant pas d'alcool durant la grossesse.

¹ Adapté de *Une nouvelle vie*. Santé et Bien-être social Canada, Canada. 1982.

² Adapté de la formation *Comprendre l'etcaf et des stratégies d'intervention*, Les Ailes Supportantes, Québec. 2007

What is FASD?

Foetal Alcohol Spectrum Disorder

By Lenny Bergeron,

Preschool Adaptation Worker

This is the general term that is increasingly used to describe the various effects and diagnostics resulting from the prenatal exposure to alcohol.

IF PREGNANT, WHAT MUST I DO?

Women thinking about getting pregnant should avoid alcohol completely, because the effects of this substance can be harmful to the baby even before knowing that they're pregnant. The alcohol ingested circulates through the bloodstream and is transmitted into the baby's placenta which is developing in the uterus. Alcohol acts on the mother's brain and also on the baby's brain, with the difference that effects on a baby brain can be permanent.

When a pregnant woman drinks excessively, she may give birth to a baby with "Foetal Alcohol Spectrum Disorder (FASD)". FASD is the most serious disorder a baby can suffer as a result of the mother's consumption of alcohol during her pregnancy. Even if the mother does not drink excessively, the baby can suffer from this disorder.

Characteristics of babies suffering from FASD ²:

1. Development and growth deficiency;
2. Brain and central nervous system damages : learning disabilities, language, behaviour, fine and global motor skills problems;
3. Physical malformations.

An expecting mother doesn't have to be a habitual drinker for alcohol to harm her baby. Even if she drinks excessively only once, the foetus' brain might be harmed for the rest of its life. If the future mother quits drinking in the middle of her pregnancy, repercussions on her baby will likely be less severe: therefore, it is never too late to stop.

The only positive aspect of Fetal Alcohol Spectrum Disorder is that it can be completely avoided by not ingesting alcohol during pregnancy.

¹ Adapted from *Une nouvelle vie*. Santé et Bien-être social Canada, Canada. 1982.

² Adapted from the workshop *Comprendre l'etcaf et des stratégies d'intervention*, Les Ailes Supportantes, Québec. 2007



Programme d'aide préscolaire aux Autochtones (PAPA)

Par Sharon Hunter, directrice du développement social

Les Centres Tiknagin (Val-d'Or) et Chiannou (Senneterre) du programme d'aide préscolaire aux Autochtones a reçu **62 inscriptions** d'enfants pour la période de septembre à décembre.

Sondage auprès des parents :

Les parents du Centre de Val-d'Or ont eu l'occasion de nous partager leurs intérêts et leurs besoins lors d'un sondage effectué pendant l'activité d'Halloween. Plusieurs d'entre-vous ont indiqué un intérêt pour des ateliers sur les sujets suivants : la discipline, être parent, l'estime de soi, le budget et la communication. Nous poursuivrons donc avec des ateliers en 2008.

L'équipe a organisé une **rencontre avec les travailleurs et travailleuses sociales du Centre Jeunesse de l'Abitibi-Témiscamingue - Secteur Senneterre**, afin de présenter nos services et d'échanger sur le développement des enfants qui participent au PAPA et qui sont en familles d'accueil. Nous prévoyons d'autres rencontres pour l'année 2008.



Hayden & Patrick

La directrice du développement social a participé à une **rencontre du comité national PAPA** tenue à Halifax les 2, 3 et 4 octobre dernier. Le comité national PAPA est un lieu d'échange où chaque site effectue un bilan de ses activités, Sharon Hunter y représente la province de Québec.

Aboriginal Head Start Program (AHSP)

By Sharon Hunter, Social Development Director

For the September to December period, the Tiknagin (Val-d'Or) and Chiannou (Senneterre) Centres have received **62 children** registrations for the Aboriginal Head Start Program.

Parent Survey

The parents of the Val-d'Or Centre shared their interests and needs with us by filling out a survey at the last Halloween activity. Several of you have indicated an interest in workshops on the following subjects: discipline, parenting, self-esteem, budget and communication. Consequently, workshops will continue in 2008.

The AHSP team organized a **meeting with the social workers of the Centre Jeunesse de l'Abitibi-Témiscamingue, Senneterre area**, to present our services and to share on the development of the children attending the AHSP and who are in foster families. Other meetings are planned for 2008.

The Social Development Director attended a **meeting of the AHSP National Committee** in Halifax last October 2, 3 and 4. The AHSP National Committee is a discussion forum where each site gives an update of its activities. Sharon Hunter represents the Province of Québec.



Darla



Joshua, Sean, Laurie, Tyson & Jérémy

COTA

Du 16 au 18 octobre, Michael Prince, directeur du développement économique, était présent pour l'assemblée générale annuelle de COTA (Cree Outfitting and Tourism Association – Association crie de pourvoirie et tourisme) à Waswanipi. Le Centre d'amitié est membre de cette organisation depuis maintenant deux ans afin de créer des partenariats en lien avec le développement touristique autochtone.

COTA

From October 16 to 18, Michael Prince, Economic Development Director, attended COTA's Annual General Assembly (Cree Outfitting & Tourism Association) in Waswanipi. The Friendship Centre has been a member of this association for two years now, to develop partnerships in Aboriginal tourism development

CRÉSAT

Le 20 novembre, Michael Prince, directeur du développement économique, était présent pour l'assemblée générale annuelle du CRÉSAT (Comité régional en économie sociale de l'Abitibi-Témiscamingue) se déroulant à Rouyn-Noranda. Le Centre d'amitié est membre et siège au conseil d'administration depuis deux ans. Cet organisme a pour mandat de créer des liens et faire du développement en économie sociale pour l'Abitibi-Témiscamingue.

CRÉSAT

On November 20th, Michael Prince, Economic Development Director, attended the CRÉSAT's (Comité régional en économie sociale de l'Abitibi-Témiscamingue) Annual General Assembly in Rouyn-Noranda. The VDNFC has also been member of this association for two years. CRÉSAT's mission is to network and promote social economic development in Abitibi-Témiscamingue.

Journée maillage au Forestel

Le 5 décembre à Val-d'Or, Michael Prince, directeur du développement économique, et Rolande Thompson, agente de service du développement économique, avec le kiosque des articles de la Boutique, étaient présents lors d'une Journée Maillage, au Forestel, présenté par le Secrétariat aux alliances économiques de la Nation Crie de l'Abitibi-Témiscamingue – afin de permettre des échanges d'informations sur les produits et services entre les représentants de la Nation Crie et des gens d'affaires de la région.

Networking Day at the Forestel

On December 5, in Val-d'Or, Michael Prince, Economic Development Director and Rolande Thompson, Economic Development Service Agent, with the Boutique's promotion stand, were present at the Networking Day at the Forestel. The event was organized by the Secretariat to the Cree Nation/ Abitibi-Témiscamingue Economic Alliance to share information on products and services between the representatives of the Cree Nation and our region's business people.



Rolande Thompson, Journée maillage / Networking Day





MENU CAAVD

Le menu hebdomadaire de la cafétéria est désormais disponible sur le site Web du Centre d'amitié :

www.caavd-vdnfc.ca

VDNFC CAFETERIA MENU

From now on, the Cafeteria's Weekly Menu can be consulted on the Friendship Centre's website:

www.caavd-vdnfc.ca



27^e Tournoi cri senior annuel de ballon-balai et hockey

L'équipe du développement économique désire féliciter les familles ainsi que les joueurs participants au 27^e Tournoi cri senior annuel de ballon-balai et hockey qui s'est déroulé les 13-14-15 et 16 décembre. Nous aimerions les remercier d'avoir utilisé les services du Centre d'amitié à cette occasion.

27th Senior Cree Broom Ball & Hockey Tournament

The Economic Development team wishes to convey its congratulations to the families and players of the 27th Senior Cree Broom Ball & Hockey Tournament held in Val-d'Or, last December 13,14,15 and 16. We would like to thank them for choosing the Friendship Centre services for this event.



Boutique / Salles de réunion Boutique/Conference Rooms

Boutique d'art et d'artisanat

Variété de produits originaux d'art et d'artisanat authentiques des Premières Nations

Bijoux, livres, tambours, capteurs de rêve, tableaux, tisanes, sculptures, et bien plus!

Prix équitables pour les artisans.

Venez nous visiter!

Location de salles

Des salles ensoleillées pour vos réunions, formations ou manifestations diverses.

Services technique, clérical et traiteur disponibles sur place!

½ salle pour ½ journée : \$40,00 ½ salle pour 1 journée : \$60,00
1 salle pour ½ journée : \$60,00 1 salle pour 1 journée : \$100,00

Pour informations : Nadia Lagueux au 819-825-8299 au poste 228
info@caavd-vdnfc.ca

Arts and Crafts Boutique

Variety of First Nations arts and crafts original products.

Jewellery, books, drums, dream catchers, paintings, herbal tea, sculptures and so much more!

Fair prices paid to our artists.

Come and visit us!

Conference Room Rental

Sunny conference rooms for your meetings, training sessions or various events.

Technical, clerical and catering services available on site!

½ room for ½ day: \$40.00 ½ room for 1 day: \$60.00
1 room for ½ day: \$60.00 1 room for 1 day: \$100.00

For information : Nadia Lagueux at 819-825-8299 ext. 228
info@caavd-vdnfc.ca

Les revenus de la Boutique et des locations de salles sont réinvestis dans les programmes et services du Centre d'amitié selon son approche d'économie sociale.

Revenues of the Boutique and the Conference room rentals are reinvested in Friendship Centre programs and services, consistent with its social economy approach.

Meegwetc! Meegwetc!



Carole Falardeau

Coiffure Pénakwé

Il est maintenant possible de payer par Interac au Salon Pénakwé.

Conseil de Carole :

Il est préférable de démêler les cheveux mouillés avec un peigne, plutôt qu'une brosse, pour ne pas avoir des cheveux à pointes fourchues.



Pénakwé Hair Salon

Interac Payment is now possible at the Pénakwé Hair Salon!

Carole's hairdressing tip:

To avoid split ends, try untangling your wet hair with a comb instead of a brush

Conseil de la cuisine :

Pour ne pas avoir les mains toutes collées lorsqu'on pétrit une pâte, pâte à tarte ou à biscuit, bien s'enfariner les mains avec le mélange sec de la recette.



Cooking Tip:

To avoid having sticky hands when kneading any kind of dough, cover your hands thoroughly with the dry flour mixture of the recipe.



Cafétéria Hébergement

Savourez l'accueil autochtone!

CAFÉTÉRIA
Ouvverte à toute la population, la cafétéria offre des repas maison :
Cuisine santé à prix abordable
Ambiance amicale et chaleureuse
Salle à manger pouvant accueillir 70 personnes

Déjeuner : 7 h 00 à 9 h 00
Dîner : 11 h 45 à 13 h 30
Souper : 17 h 00 à 18 h 30

HÉBERGEMENT
24 chambres pouvant accueillir 45 personnes
Interac accepté

Les revenus de la cafétéria et de l'hébergement sont réinvestis dans les programmes et services du Centre d'amitié selon son approche d'économie sociale.

Meegwetc!



Économie sociale
Social Economy

Cafeteria Lodging

Enjoy Aboriginal Hospitality!

CAFETERIA
Open to the general public, the Cafeteria offers home-style meals:
Health cuisine at a reasonable price
Friendly and warm atmosphere
Dining room seating 70

Breakfast: 7:00 a.m. to 9:00 a.m.
Lunch: 11:45 a.m. to 1:30 p.m.
Supper: 5:00 p.m. to 6:30 p.m.

LODGING
24 rooms that can accommodate 45 people
Interac payment accepted

Revenues from the Cafeteria and the Lodging services are reinvested in the Friendship Centre's programs and services, consistent with its social economy approach.

Meegwetc!

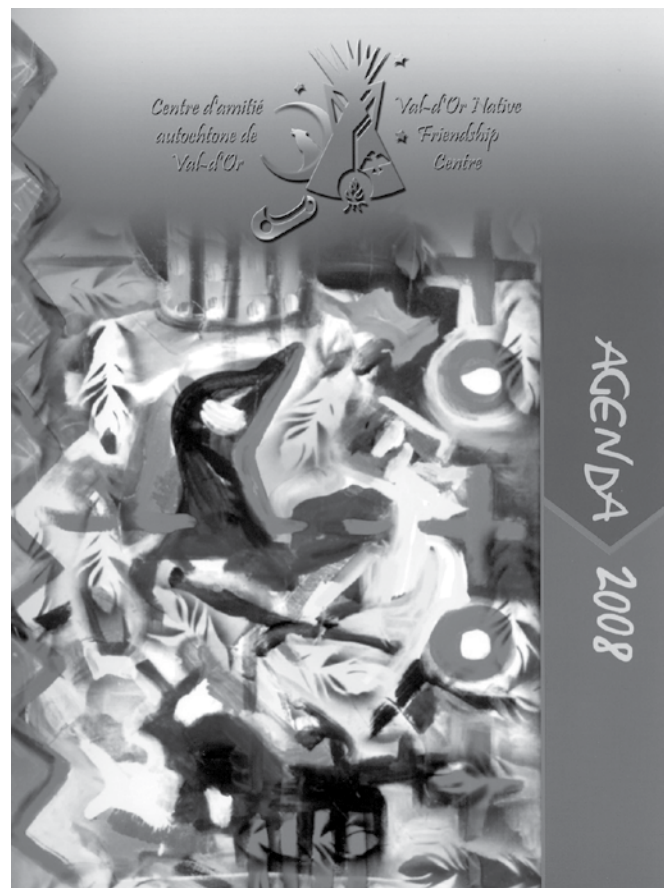


Agenda 2008

L'agenda 2008 est disponible à la Boutique du Centre d'amitié au coût de \$15,00, ou par la poste au coût de \$18,00. Pour toutes informations, veuillez communiquer avec Rolande Thompson, agente de service au développement économique, en composant le 819 825-8299 poste 297 ou par courriel : rolande.thompson@caavd-vdnfc.ca.

Agenda 2008

The 2008 Agenda is now available at the Friendship Centre's Boutique for \$ 15.00, or \$ 18.00 by mail. For information, please contact Rolande Thompson, Economic Development Service Agent, at 819 825-8299 ext. 297 or by email at: rolande.thompson@caavd-vdnfc.ca.



BOUTIQUE

À titre d'informations, les artisans désirant vendre leurs articles doivent, autant que possible, prendre rendez-vous avec Rolande Thompson au 819 825-8299 #297 ou par courriel : rolande.thompson@caavd-vdnfc.ca.

BOUTIQUE

For information purposes, artisans wishing to sell their articles must, if possible, make an appointment with Rolande Thompson at 819 825-8299 #297 or by email : rolande.thompson@caavd-vdnfc.ca.

Forestel - Boutique - 10 novembre, RCPEAT

Le kiosque du Centre d'amitié était présent lors du Colloque du RCPEAT (Regroupement des Centres de la Petite Enfance de l'Abitibi-Témiscamingue) le 10 novembre au Forestel de Val-d'Or. Un évènement qui se répètera sûrement l'an prochain étant donné le succès de cette journée.

Forestel - Boutique - November 10, RCPEAT

The Friendship Centre had an exhibit stand during the RCPEAT Symposium (Early Childhood Centre Association of Abitibi-Témiscamingue), on November 10, at the Val-d'Or Forestel. An event that will certainly be repeated next year, due to its success.



Un mot de la Stratégie urbaine

Par / By : Louise Gosselin

A word from the Urban Strategy

Bonjour,

Étant donné la relance économique que vit la région dans le domaine minier, nous sommes à la recherche de clients autochtones (sur ou hors-réserve) qui seraient possiblement intéressés à suivre **une formation en vue de travailler dans les mines**. Si une telle formation vous intéresse, veuillez communiquer avec nous au 819 874-6605 ou le 1-877-874-6605.

Comme nous en avons pris l'habitude, nous sommes fiers de vous présenter quelques-uns de nos clients dans ce numéro du Cahier du Centre.

Hello,

The mining industry has given a boost to the regional economy, and we are currently looking for candidates (on or off-reserve) that might be interested in following **a training program to work in mines**. If you are interested, please call us at 819 874-6605 or 1-877-874-6605.

As usual, we are happy to introduce some of our clients to you in this issue of the Centre's newsletter.



Lindsay Tremblay a terminé une formation professionnelle en Coiffure au Centre Polymétier de Rouyn-Noranda en décembre 2006. La voici au Salon Picasso à Val-d'Or où elle travaille depuis qu'elle a terminé ses études.

Lindsay Tremblay completed a vocational training in Hairdressing at the Centre Polymétier in Rouyn-Noranda in December 2006. Here she is hard at work at the Salon Picasso in Val-d'Or.



Stella Mapachee a complété une formation professionnelle en Comptabilité au Centre Polymétier à Rouyn-Noranda en décembre 2006. Elle a travaillé au Centre d'amitié autochtone de Val-d'Or comme technicienne comptable pendant plusieurs mois. Elle est présentement en emploi au Conseil de bande d'Abitibiwinni, toujours en comptabilité.

Stella Mapachee completed a vocational training in Accounting at the Centre Polymétier in Rouyn-Noranda. She worked for a few months at the Val-d'Or Native Friendship Centre in accounting but is now employed by the Abitibiwinni Band Council.



Mathieu Desaulniers-Poulin a terminé une formation professionnelle en Soudage-montage au Centre de formation professionnelle Lac Abitibi à La Sarre. Il travaille à présent comme mécanicien chez Ben Deshaies à Amos.

Mathieu Desaulniers-Poulin completed a vocational training in Welding and Fitting at the Centre de formation professionnelle Lac Abitibi in La Sarre. He is currently working as a mechanic for Ben Deshaies in Amos.



Roxanne King a reçu un prix de reconnaissance de notre organisme, gracieuseté du Centre d'amitié autochtone de Val-d'Or, pour une bonne assiduité tout au long du semestre d'automne au Val-d'Or Continuing Education Centre.

Roxanne King received an achievement award from our organization, compliments of the Val-d'Or Native Friendship Centre, for good attendance throughout the fall semester at the Val-d'Or Continuing Education Centre.





Abinodjic-Miguam



Le CPE Abinodjic-Miguam accueille des enfants de 0 à 5 ans. Ces petits mousques peuvent bénéficier de plusieurs activités stimulantes et intéressantes. Voici donc un bref aperçu de ce que nos petits abinodjics ont fait au cours des derniers mois.

The Abinodjic-Miguam Early Childhood Centre (ECC) accepts children between 0 and 5 years old. The little ones can benefit from several stimulating and interesting activities. Here is a glimpse of what our little abinodjics have undertaken in the past months.

Une activité qui a séduit tous les petits monstres est sans aucun doute l'Halloween!!! Nos petits monstres se sont régalés avec un punch horrifiant, des jujubes et des rouleaux aux fruits. Une journée qu'ils n'oublieront pas de sitôt!



An activity that pleased all our little monsters is, of course, Halloween!! Our little halloweeners feasted on a horrifying punch, jelly candies and fruit roll-ups. A day that they'll remember a long time!

La Semaine de la petite enfance, du 5 au 10 novembre 2007, a permis aux enfants du CPE Abinodjic-Miguam d'assister à un superbe spectacle de percussions. Le groupe Sékwé a enchanté les enfants avec sa belle prestation.



The Early Childhood Week, from November 5 to 10, 2007, allowed the Abinodjic-Miguam ECC's children to enjoy a superb percussion show. The Sekwé band delighted the children with their performance.

Pendant la Semaine de prévention des incendies, les enfants sont allés rendre visite à nos valeureux pompiers. Cette activité a permis aux petits de découvrir le monde fascinant qu'est celui des pompiers. Une visite inoubliable!



During Fire Prevention Week, children visited our courageous firefighters. This activity permitted the kids to discover the fascinating world of firemen. An unforgettable visit!

Le mandat premier du CPE Abinodjic-Miguam est de promouvoir, partager et vivre la culture des Premières Nations dans le respect, l'harmonie et la valorisation de tous.

The primary mandate of the Abinodjic-Miguam Centre and Coordinating Office is to promote, share and experience First Nations culture in respect, harmony and pride.

CPE Abinodjic-Miguam
801, 6e Avenue
Val-d'Or (Québec) J9P 7H3
(819) 874-2323, poste 223

CPE Abinodjic-Miguam
801, 6th Avenue
Val-d'Or (Québec) J9P 7H3
(819) 874-2323, ext. 223

Toutes nos félicitations à madame **Sylvia Maracle** qui s'est méritée le Prix 2008 «Service à la collectivité» des Prix nationaux d'excellence décernés aux Autochtones par la Fondation nationale des réalisations autochtones. Madame Maracle est, entre autres implications, directrice générale de l'Ontario Federation of Indian Friendship Centres depuis 1978.

.....

We would like to congratulate Ms. **Sylvia Maracle**, recipient of the Aboriginal Achievement Award 2008, "Public Service" category, awarded by the National Aboriginal Achievement Foundation. Ms. Maracle is, among others, Executive-Director for the Ontario Federation of Indian Friendship Centres, a position she has been occupying since 1978.



Hélène et une cliente au transport médical, la très jolie Katelyn!

Hélène and the very pretty Katelyn, customer of the medical transport service.



Toutes nos félicitations à **Hakim Mark-Tameri** qui s'est mérité l'une des deux bourses d'études Domtar à l'intention des Autochtones poursuivant des études de niveau post-secondaire en 2007-2008. Hakim a été sélectionné plus spécialement pour ses efforts soutenus, son bon dossier académique, son désir de créer son entreprise et son attitude dynamique. Bravo Hakim!



Hakim Mark-Tameri

Congratulations are in order for **Hakim Mark-Tamari** who received one of the two Domtar Scholarships for Aboriginal people pursuing post-secondary studies in 2007-2008. Hakim was selected for his continuous efforts, his good academic record, his desire to start his own business and his dynamic attitude. Bravo Hakim!



Bonne fête! Happy Birthday!

JANVIER / JANUARY

- 1 Christopher Bacon-Lacasse
- Sébastien Houle
- 3 Tracy Mark
- Sean Larivière
- 5 Lise Thibodeau
- 6 Carl Larivière
- 7 Denise Gosselin
- Manon Richmond
- 8 Denise Nauss
- Henry King
- 9 Alex Landry
- Claudette Poucachiche
- 11 Annie Wabanonick
- 14 Natasha Frost-Larivière
- 15 Amélia Pelletier-Lacroix
- Robin Richmond
- Denis Jr. Kistabish
- 16 Joël Rannou
- Doris St-Pierre
- 17 Douglas Larivière
- Donald Cloutier
- Patricia Michaud
- 18 Chantal Lacroix
- 20 Isabelle Cloutier
- 22 Lucie Kistabish
- 23 Nicolas Diamond
- 24 Guy Cloutier
- 25 Dusty Mowatt
- 26 Dominique Gosselin
- Sharon Hunter
- Cindy Ruperthouse
- Jeffrey King
- Mélanie Narpasuk
- 27 Debbie Larivière
- 28 Donavan Gélinas
- 29 Alex Boudrias
- 30 Nadia Lagueux
- Marlene Panaro

FÉVRIER / FEBRUARY

- 13 Peter King
- Jean-Guy Gagnon
- Susan Mark
- Ferlin McLaren
- Mira Fréchette
- 16 Jason Boudrias
- 17 Samantha Larivière
- 20 Martine Rodrigue
- 21 Travis Thériault
- 24 Dave Sergerie
- Isabelle Beaudoin
- 25 Jonathan Dumont
- Nancy Crépeau
- Tanya Charbonneau
- 26 Taylor Thériault
- 27 Dave Gosselin
- Neil Boudrias
- 28 Michel Breton

MARS / MARCH

- 26 Joëlle Champoux- Bouchard
- Mélanie Dostie-Allaire
- 27 Normand Mailhot
- 28 Raymond Ouellet
- 29 Wabogoni Wiscutie-Wapachee
- Hélène Pénosway
- 30 Tina Mapachee
- Anita Kudjick

AVRIL / APRIL

- 1 Christine King
- Noah-Yannick Moushoom
- 4 Jesse House
- Charlotte Brazeau
- 5 Lisyane Morin
- 6 Dennis Larivière
- Nicole Déraps
- Barbara Trapper
- 7 Rémi Laforest
- Hélène Graveline
- 8 Laurier Gingras
- Vincent Gosselin
- 10 Jean-Jacques Lacroix
- 11 Bryan Lambert
- 12 Agnes Kistabish
- 13 Brandyn Larivière
- Jean-Marc Pénosway
- 14 Kimberly Charbonneau-Larivière
- 15 Sébastien Cloutier
- Daisy Iseroff
- 16 Betsy Miamscum
- 17 Pauline Cheezo
- 18 Tom Hester
- 19 Roger Lacroix
- Mary Brazeau
- Rose-Anne Gosselin
- Michael Hipsagh
- 21 Mary Boudrias
- 22 Tina Houle
- 23 Kelly Pelletier-Lacroix
- 25 Gina Richmond
- 27 Jimmy Boudrias
- Freida Boudrias
- Sandra Lacroix
- 28 Stéphanie Richmond-Lacasse
- Jacques Aubuchon
- Lyne Pleyer
- Jacqueline Lalonde
- 30 Oscar Kistabish

FÉVRIER / FEBRUARY

- 2 Georgette Richmond
- 3 David Nauss
- 4 Johnny Kyle Poucachiche
- 5 Jean-Guy Lacasse
- Mélanie Bowen
- Pascal Gagnon
- 8 Marilyn Wapachee
- Roland Cloutier
- 12 Tanya Cloutier
- Patricia Martin
- 11 Jamie Houle
- 13 Dominic Lacroix
- 14 Sylvain Lambert
- 17 Liliane Babin
- Isabelle Fontaine
- Renée Labonne
- 19 Albert Diamond
- Edna Mark-Stewart
- 22 Joey Capassisit-Lacroix
- 24 Christopher Wiscutie-Wapachee

*Un petit mot entre amis!
A few words among friends!*

Frangasi	Anishnabe	Eeyou	English
Bonjour	Kwe	Wachiya	Hello
Comment t'appelles-tu?	Adi ejinikazowan?	Tanasin casoine	What is your name?
Moi	Nin	Ni	Me
Toi	Kin	Tchi	You
Merci	Megwetc	Megwetc	Thank you

Félicitations à **Annabelle Brochu** qui a donné naissance à une deuxième belle petite fille, la jolie **Léa Frenette**, le 19 octobre dernier.



Congratulations to **Annabelle Brochu** who gave birth to a second lovely daughter, the very pretty **Léa Frenette**, on last October 19.

*Anniversaires de mariage
Wedding Anniversaries*

*Nicole Pleyers & Noël Lacroix
February 14 février*

*Cécile Larivière & Jean-Guy Lacasse
April 4 avril*

*Jacqueline Kistabish & Jean Lafrenière
April 15 avril*

En octobre dernier, la grande famille du Centre d'amitié perdait une membre active de longue date. Par sa présence constante, sa fougue et l'affection qu'elle portait à son Centre d'amitié, elle a marqué notre parcours. **Mary Cooper** nous a quittés subitement le 5 octobre 2007 à l'âge de 61 ans. À sa famille, nous offrons nos plus sincères condoléances. Nous la gardons présente dans nos cœurs.



Last October, the Friendship Centre family lost one of its long-time active members. By her constant presence, her enthusiasm and the affection in which she held the Friendship Centre, she has marked our path. **Mary Cooper** left us suddenly on October 5, 2007, at the age of 61. To her family, we offer our deepest condolences. Her memory survives in our hearts.



Semaine de promotion de la vie - 14 au 16 novembre 2007 Promotion of Life Week - November 14 to 16, 2007



Marésol Caron, qui présentait un atelier sur le jeu responsable, et Maryève Lamerise, membre du comité organisateur.
Marésol Caron, presenting a workshop on responsible gambling, and Maryève Lamerise, member of the organizing committee.



Atelier culturel avec Pierre Papatie et Jeannette Brazeau
Cultural Workshop with Pierre Papatie & Jeannette Brazeau



Captivés par l'agenda 2008, à l'occasion du lancement de cet dernier.
Captured by the hot-from-the-press 2008 Agenda.



Enseignement sur le Tiknagin avec Oscar Kistabish
Teaching by Oscar Kistabish: The Tiknagin



Kiosque d'information sur le budget avec l'ACEF
Information Kiosk on Budget Planning with the ACEF

Références utiles

Useful Reference

Liaison en santé (Santé Canada)/Health Liaison (Health Canada) (819) 824-2788 / 1 888 824-2788	
Pompiers, Police, Ambulance / Fire, Police, Ambulance	911
Assaut sexuel secours / S.O.S. Sexual Assault.....	(819) 825-6968
Association des peuples autochtones / Native Association of Aboriginal People	(819) 824-4412
Centre d'amitié autochtone de Senneterre / Native F.C. of Senneterre.....	(819) 737-2324
Centre d'amitié autochtone de Val-d'Or / Val-d'Or Native Friendship Centre	(819) 825-6857
Centre local d'emploi / Local Employment Centre.....	(819) 354-4842
Commission de développement des ressources humaines algonquines de l'Abitibi (CDRHAA)	(819) 874-6601
Stratégie urbaine / Urban Strategy.....	(819) 874-6605
Femmes victimes de violence / Women victims of violence	
- LE NID (24hrs) Val-d'Or	(819) 825-3865
- MIKANA (24 hrs) Amos	(819) 732-9161
Hôpital / Hospital.....	(819) 825-6711
Travailleuse parajudiciaire autochtone / Native Courtworker – Emilie E. Desbiens.....	(819) 825-7549
Prévention suicide / Suicide Prevention (1 866-APPELLE).....	1 866 277-3553
- Bureau de Val-d'Or	(819) 825-7159
Protection de la jeunesse (24hrs) / Youth Protection (24 hrs)	1 800 567-6405
Société Kitcisakik / Kitcisakik Society	(819) 825-1466
S.O.S jeunesse / S.O.S. Youth	1 800 668-6868
S.O.S. Violence conjugale (24hrs) / S.O.S. Family Violence (24 hrs)	1 800 363-9010
Habitat Métis du Nord	(819) 874-7585
Personnes âgées Ligne INFO ABUS / INFO-ABUSE Line for Seniors	1 888 489-2287
Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes / Assistance Centre and accompaniment for complaints	1 800 465-2433
RCAAQ.....	1-877-842-6354

RÉUNIONS MEETINGS	A.A. Info : 825-0801	N.A. Info : 1 800 879-0333	Alanon	E.A. Émotif anonyme Info : 1 877-990-5886	Gambling Anonyme
Dimanche / Sunday	20h00 / 8 :00 pm 1578, ch Sullivan - Voisin / Next to Meuble Branchaud				19h30 / 7:30 pm Français / French 225, chemin des Scouts (Accueil Jacques-Bédard)
Lundi / Monday	20h00 / 8:00 pm 1578, ch Sullivan - Voisin / Next to Meuble Branchaud		19h45 / 7:45 pm Français / French 1020, 7e Rue / 7 th Street		
Mardi / Tuesday	19h30 / 7:30 pm** 1578, ch Sullivan-Voisin/ Next to Meuble Branchaud			19h45 / 7:45 pm 1011, 6 ^e Rue / 6th Street	
Mercredi / Wednesday	20h00 / 8:00 pm 225, chemin des Scouts (Accueil Jacques-Bédard)	19h30 / 7:30 pm 1011, 6 ^e Rue / 6th Street	13h15 / 1:15 pm Français/ French 1020, 7e Rue / 7 th Street		
Jeudi / Thursday	19h30 / 7:30 pm Fermé / Closed 1578, ch Sullivan - Voisin / Next to Meuble Branchaud				
Vendredi / Friday	20h00 / 8:00 pm 1578, ch Sullivan - Voisin / Next to Meuble Branchaud				
Samedi / Saturday	20h00 / 8:00 pm 1578, ch Sullivan - Voisin / Next to Meuble Branchaud				

PERSONNEL / STAFFNo de poste
Téléphonique
825-8299Courriel
e-mail
@caavd-vdnfc.ca**SERVICE ADMINISTRATIF / ADMINISTRATIVE SERVICE**

Directrice générale / Executive Director.....	Édith Cloutier.....	#230	edith.cloutier
Directrice générale adjointe / Assistant Executive Director.....	Denise Nauss.....	#246	denise.nauss
Secrétaire administrative / Administrative Secretary.....	Patricia Martin.....	#286	patricia.martin
Comptable / Accountant.....	Nancy Turcotte.....	#222	nancy.turcotte
Technicienne comptable / Accounting Technician.....	Katy St-Pierre.....	#234	katy.st-pierre
Conseillère en technologies de l'information et des communications / Information and Communication Technology Advisor.....	Nathalie Fiset.....	#251	nathalie.fiset
Secrétaire-réceptionniste / Secretary-Receptionist.....	Nadia Lagueux.....	#228	info
Conseillère en ressources humaines/Human Resources Advisor.....	Sandy McGuire.....	#233	sandy.mcguire
Superviseur de l'entretien de l'édifice / Building Maintenance Supervisor....	Robert Breault.....	#301	robert.breault
Préposé à la maintenance / Maintenance Clerk.....	Denis King.....	#221	

SERVICE DE TRANSPORT MÉDICAL / MEDICAL TRANSPORT SERVICES

Agente de liaison en santé / Health Liaison Officer.....	Louise Lacasse.....	#229	louise.lacasse
Agente au transport médical / Medical Transportation Officer.....	Hélène Graveline.....	#226	helene.graveline
Agente au transport médical / Medical Transportation Officer..	Marie-Jeanne Wabanonick.....	#236	marie-jeanne.wabanonick
Conducteurs / Drivers.....	Ferlin McLaren / Richard Larivière		

DÉVELOPPEMENT SOCIAL / SOCIAL DEVELOPMENT

Directrice / Director.....	Sharon Hunter.....	#295	sharon.hunter
Conseillère aux programmes / Program Advisor.....	Isabelle Fontaine.....	#252	isabelle.fontaine
Agente en adaptation préscolaire (2-4 ans)/ Preschool Adaptation Worker(2-4 years old).....	Lenny Bergeron.....	#305	lenny.bergeron

VOLET ENFANCE ET FAMILLE (P.A.P.A.) / CHILD AND FAMILY SERVICES (A.H.S.P.)

Agente des services familiaux / Family Services Officer.....	Maryève Lamerise.....	307#	maryève.lamerise
Éducatrice spécialisée / Special Educator.....	vacant.....	#	
Éducatrice / Educator.....	Martine Rodrigue.....	#247	martine.rodrigue
Éducatrice / Educator.....	Yvonne Lacoursière.....	#247	yvonne.lacoursiere
Éducatrice / Educator (Senneterre).....	Tracy Mark.....		chiannou
Aide éducatrice / Assistant Educator (Senneterre).....	Sandra Baril.....		chiannou

SERVICE D'INTERVENTION / INTERVENTION SERVICE

Agente de relations humaines / Support Worker.....	Marésol Caron.....	#293	maresol.caron
Agent de relations humaines / Support Worker.....	Donald Sergerie Jr.....	#237	donald.sergerie
Agente de relations humaines / Support Worker.....	Nathalie Larose.....	#291	nathalie.larose

DÉVELOPPEMENT COMMUNAUTAIRE / COMMUNITY DEVELOPMENT

Directrice / Director.....	Renée Labonne.....	#308	renee.labonne
Conseillère aux programmes / Programs Advisor... ..	Marie-Lyse Firlotte.....	#292	marie-lyse.firlotte
Organisatrice communautaire-volet enfance/Community Organizer-Children Section.....	Mélanie Bowen.....	#290	melanie.bowen
Organisatrice communautaire-volet communauté /Community Organizer-Community Section.....	Jenny Mathias Phillips.....	#243	jenny.phillips
Organisatrice communautaire-volet jeunesse / Community Organizer-Youth Section.....	Mélanie Dostie-Allaire.....	#312	melanie.dostie-allaire
Animateur communautaire / Community Animator.....	Jean-Marc Pénosway.....	#245	jean-marc.penosway
Animatrice communautaire /Community Animator.....		#	
Animatrice communautaire /Community Animator.....	Viviane Poucachiche.....	#306	viviane.poucachiche

DÉVELOPPEMENT ÉCONOMIQUE / ECONOMIC DEVELOPMENT

Directeur/ Director Michael Prince..... #309 michael.prince
 Agente de service / Service Agent..... Rolande Thompson..... #297 rolande.thompson

SERVICE D'HÉBERGEMENT / LODGING SERVICE

Préposées aux chambres / Room Attendants Marilyn Wapachee/Louise Ottereyes
 PréposéEs à l'accueil / Reception Clerks Anita Kudjick /Jason Falardeau
 Michael Daigle / Jacqueline Lalonde ... #221 reception1

SERVICE ALIMENTAIRE / FOOD SERVICE

Chef, responsable service alimentaire/ Chef, Food Service Manager..... #239
 Cuisinières / Cooks..... Edna King / Isabelle Beaudoin ... #238
 Aide-cuisinières / Assistant Cooks Patricia Michaud/ Carole Savard /
 Jackie Rodgers / Alfred Papatisse ... #238

EmployéEs sur appel / Employees on-call

..... *Georgette Kudjick, Charlotte Brazeau, Brigitte Plourde,*
 *Brigitte Wawatie, Christopher Bacon-Lacasse, Tony Mainville, Freida Boudrias*

* *Les personnes remplaçantes sont inscrites en italiques / Italics indicate personnel replacements*

CONSEIL D'ADMINISTRATION / BOARD OF DIRECTORS

Présidente / President : Jacqueline Kistabish

Vice-présidente / Vice-President : Janet Mark

Secrétaire-trésorière / Secretary-Treasurer : Nancy Crépeau

Administrateur / Director : Oscar Kistabish

Administrateur / Director : Doris St-Pierre

Représentant des employéEs / Employees Representative : Ferlin Mc Laren

Représentante des jeunes / Youth Representative : Tina Mapachee

Abonnement

Pour demander ou renouveler votre abonnement au Cahier du Centre, veuillez compléter et retourner le formulaire ci-dessous avec votre paiement au Centre d'amitié autochtone de Val-d'Or. À noter que le cahier est gratuit pour les membres du Centre qui sont inscrits et qui ont réglé leur cotisation annuelle.

Pour des commentaires ou suggestions concernant le Cahier du Centre ou pour des modifications ou ajout à la liste des anniversaires, n'hésitez pas à communiquer avec Nathalie Fiset au 819 825-8299 poste 251 ou par courriel à nathalie.fiset@caavd-vdnfc.ca.

Subscription

To subscribe or renew your subscription to the Centre's notebook, please complete and return the form below with your payment to the Val-d'Or Native Friendship Centre. Please note that the Notebook is free to the members of the Centre who are registered and who have paid their annual membership fee.

For comments or suggestions concerning the Centre's Notebook or for modifications or additions to the Anniversary List, do not hesitate to contact Nathalie Fiset at 819 825-8299 ext. 251 or by email at nathalie.fiset@caavd-vdnfc.ca.

Le Cahier du Centre –The Centre's Notebook

Nom/Name : _____

Adresse/Address : _____

Ville/City : _____ Code postal/Postal Code : _____

Tél / Tel : _____

*Fête/Birthday : _____

* (pour la section *Fête du Cahier* / For the Notebook's *Birthday* section)

_____ 1\$/un an/one year _____ 2\$/deux ans/two years

À/To : Nathalie Fiset, Centre d'amitié autochtone de Val-d'Or, 1272, 7^e Rue, Val-d'Or (Qué.) J9P 6W6 -Tél. : 819 825-8299 # 251





Centre d'amitié autochtone de Val-d'Or
Val-d'Or Native Friendship Centre
1272, 7^e Rue, Val-d'Or (Québec) J9P 6W6
Tél. : (819) 825-6857 Fax : (819) 825-7515
Courriel : info@caavd-vdnfc.ca
Web : www.caavd-vdnfc.ca

Poste Publication
400-44929



X

Visitez notre nouveau site Web!

www.caavd-vdnfc.ca!

Visit our new Website!

